

## 噁心嘔吐護理指導

1. 心理方面：多陪伴、安慰病人，幫助病人清潔口腔，及保持舒適；以輕音樂助病者鬆弛，以減低他的不安。常作深呼吸及適度活動，有助病人將注意力轉移他處。
2. 食物方面：
  - (1)少量多餐，兩餐間給予點心。
  - (2)避免油膩、油炸、辛辣、太甜，易產氣或刺激性之食物。
  - (3)吃乾性食物，如土司、蘇打餅乾，尤其在早上起床後馬上進食。
  - (4)通常嘔吐在每日某一時刻常發生，則避免在該段時間內進食。
  - (5)採少量多餐，勿太多，並在餐後一至二小時才開始飲水或進食其他飲品。
  - (6)在進食前及後休息。
  - (7)在進食時或後，儘量避免平臥。
  - (8)避免同時攝食冷熱的食物，否則易刺激嘔吐。
  - (9)避免接觸到會令你噁心的氣味，如油煙味、香煙味。
3. 藥物：請教醫生、護士，止嘔藥物最好在餐前半小時服食；如嘔吐為經常性，若病人需服用強烈止痛藥，最好也定時服用止嘔藥，因開始服用此等強烈止痛藥有些會引起噁心嘔吐的反應。

有問題時，可詢問我們  
聖若瑟之家：22193391 轉 65501

耕莘醫院 聖若瑟之家 謹製

願尋求上主的人 滿心喜悅 ( 詠 104 )

耕莘醫院 處處關心您



## 交通資訊

- 自行開車：  
可從北二高下安坑交流道轉中央路直行，遇中正路右轉即可到達本院。
- 搭乘公車：  
聯營公車：644、綠2、綠13、綠15、905耕莘醫院站下車  
聯營公車：906、909中央路站下車，步行約10分鐘
- 捷運轉乘：  
捷運大坪林站：轉乘公車644、綠13、綠15，或本院免費接駁專車。  
捷運七張站：轉乘公車644、綠2、綠6、綠15，本院免費接駁專車。  
小碧潭站：轉乘公車644、綠15
- 本院捷運接駁車時刻表：

上 午		下 午		夜 間
		週六間隔30分鐘		週六夜間不發車
08:00	10:00	12:20	14:40	17:30
08:15	10:20	12:40	15:00	18:00
08:30	10:40	13:00	15:20	18:30
08:45	11:00	13:20	15:40	19:00
09:00	11:20	13:40	16:00	19:30
09:20	11:40	14:00	16:20	20:00
09:40	12:00	14:20	16:40	20:30
			17:00	21:00



全人 全程 全家 全隊

編印單位:護理部-安寧療護  
編號版次:B2000EH07  
95年05月第一版  
97年12月第二版(1刷30份)  
99年07月第三版(1刷30份)



## 噁心嘔吐護理指導

耕莘醫院聖若瑟之家謹製



院 址：台北縣新店市中正路362號  
電 話：(02)22193391  
預約掛號：(02)22195028  
網 址：<http://www.cth.org.tw>  
電子信箱：[service@cth.org.tw](mailto:service@cth.org.tw)

愛主愛人 尊重生命  
醫療傳愛 健康促進